









ويعتقد الطبيب شيمرت أن معدل الحياة الطبيعي في إيامنا هو ١١٠ سنوات ، ولكن هذه الفترة الطويلة تقصر بأسباب كثيرة منها : القلق ، وإستنزاف الفكر ، وضغط العمل ، والتدخين











